COCINA

CON YOLOY FER

con alegría

Para sorprender y disfrutar

7 52435 38243 4 11

Año 2 Número 11 / $20.00

Croquetas de papa rellenas

Sopa de pimiento rojo

Fresas con infusión de balsámico

Contenido

Página 6 — ENTRADAS
Croquetas de papa rellenas de jamón y queso
Flan de zanahoria
Empanadas de verduras
Mini hamburguesas

Página 11 — ENSALADAS
Ensalada de pollo agridulce
Tempura de camarón y verduras

Página 14 — SOPAS
Sopa de pimiento rojo
Crema de queso azul
Sopa de tallarines con pollo

Página 19 — PLATO FUERTE
Enjitomatadas de pollo
Pizza mexicana
Pasta con salsa de cilantro
Rollo de papa con relleno de surimi

Página 26 — POSTRES
Cheese cake
Fresas con infusión de balsámico
Buñuelos de piña

Página 31 — NIÑOS
Hot Cakes con chocolate

Página 32 — BEBIDAS
Batido de durazno

bulbo STUDIO

EDITOR RESPONSABLE
Norberto Cacciamani

DIRECCIÓN EDITORIAL
Bulbo Studio

CHEF
Yolanda M. Mata de Guth

APRENDIZ DE CHEF
Fernando Del Solar

FOTOGRAFÍA Y DISEÑO
Bulbo Studio

PRODUCCIÓN EJECUTIVO
Adrián Parra

COCINA con alegría

COCINA CON ALEGRÍA
Año 2, Número 11,
Agosto de 2008

Revista mensual editada por Bulbo Studio. Editor responsable Norberto Adolfo Cacciamani Ferraro. Numero de Certificado de Reserva otorgado por el Instituto Nacional del Derecho de Autor: 04-2007-041814343200-102. Numero de Certificado de Licitud de Título: 13727. Numero de Certificado de Licitud de Contenido: 11300. Domicilio de la publicación Calle 9 No. 118 int. 3A Col. San Pedro de los Pinos CP 03800, México D.F. Impresa en Pérez Varona SA de CV, Manuel no Dávalos #9 Col. Algarín CP. 06880, México D.F. Distribuidor exclusivo en México: RESA Calle 29 No. 579-A Col. Lagos de Balbuena 09510 México D.F. Bulbo Studio no se hace responsable por la veracidad de los anunciantes, pero no se responsabiliza con las ofertas relacionadas por los mismos.

IMPRESA EN MÉXICO.
PRINTED IN MEXICO.
TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS. ALL RIGHTS RESERVED © Copyright 2008

ivm
Instituto Verificador de Medios

Circulación certificada por el Instituto Verificador de Medios
Registro No. 1496/07

VENTAS DE PUBLICIDAD

MEDIA Publishers
CINCINNATI 85 Int. 705
COL. NÁPOLES
C.P. 03720
TEL. 5563-8705 / 04
mumarh@gmail.com

Auditoría en proceso

Para cualquier duda o sugerencia ponte en contacto con nosotros vía mail en: cocinaconalegria@bulbostudio.com

¡Arriba los corazones!

Si cocinar es un arte, también representa un placer y convertir cualquier placer en un arte, significa una doble recompensa en nuestras vidas. Pero si este arte y este placer lo compartimos con nuestros seres queridos, entonces la ecuación queda completa. Cocinar con arte, cocinar con placer, para que nuestra familia comparta y goce de cada platillo, es una estupenda fórmula para disfrutar de los mejores momentos de la existencia.

Decía Cicerón que no hay mejor condimento que el hambre y aunque se trata de una frase sabia, aquí queremos decirle que no hay mejor condimento que la sazón y que la sazón es una forma de expresión tan singular, tan individual, tan única, que es el elemento principal para cocinar con ese arte que mencionábamos líneas arriba, ese arte placentero que al compartirlo en familia se traduce en otra frase tanto o más sabia que la de Cicerón: **¡Cocina con Alegría!** ¡Y arriba los corazones!

Yolo y Fer

Un regreso a clases muy sano

Por: **Lic. Cecilia García Schinkel**, nutrióloga

Es inminente el regreso a clases

y para los que tenemos hijos vienen las ocupaciones para equiparlos lo mejor posible y poderlos apoyar para que sean exitosos. En cuestiones de alimentación existen algunas cosas que podemos hacer que ayudan a los niños a enfermarse menos, faltar menos a la escuela, rendir más, tanto física como mentalmente y concentrarse más fácilmente. A continuación te ofrecemos algunos consejos prácticos y sencillos para que tu familia viva un muy sano y feliz regreso a clases.

1

Es esencial que los niños, al igual que todos los miembros de la familia, desayunen siempre. El desayuno, que debe de ser tomado a más tardar dos horas después de despertarse, nos da energía para empezar el día y ayuda a activar el metabolismo. Puede ser una cosa sencilla, como un licuado o una quesadilla, pero es importante tomarlo y cuidar que contenga algo de frutas o verduras (por las vitaminas y nutrimentos inorgánicos que contienen) y algún alimento de origen animal, como leche, huevo o jamón, que dan saciedad y ayudan al cuerpo a construir tejidos.

2

Existen dos nutrimentos que son claves en las etapas preescolar y escolar (de 1 a 6 y de 6 a 12 años respectivamente). Se trata del calcio, fundamental para la formación de huesos y dientes y para la correcta contracción y relajación de los músculos; y el hierro, que forma la hemoglobina y ayuda a transportar el oxígeno, promoviendo la atención, concentración y el adecuado rendimiento físico. Al calcio lo encontramos en una variedad de alimentos como los pescados que se consumen con esqueleto (charal, sardina), algunas verduras y leguminosas como brócoli o soya, pero sobre todo en los lácteos, en los que además están otras vitaminas y minerales que promueven su correcta asimilación. De allí lo importante que es que los niños consuman lácteos, sobre todo en sus versiones semidescremadas. El hierro se encuentra en las carnes rojas, la yema de huevo y en las verduras de hoja verde (espinaca, acelga o berro) o leguminosas (como frijol). Cuando ofrezcas a tus niños alimentos ricos en hierro de origen vegetal trata de acompañarlos de algo ácido (como vinagre, jugo de limón o salsita verde) para mejorar su absorción en el cuerpo.

3

Los niños necesitan refuerzos de energía cada cuatro horas, por lo que es importante planear que consuman un refrigerio sano y completo a media mañana. Para que el lunch se considere completo debe de incluir un alimento de cada uno de los tres grandes grupos: frutas y/o verduras, cereales (de preferencia integrales o de granos enteros) y leguminosas o alimentos de origen animal. Del grupo que más deberían de comer en cantidad es del de verduras y frutas. Así, un refrigerio adecuado podría incluir:

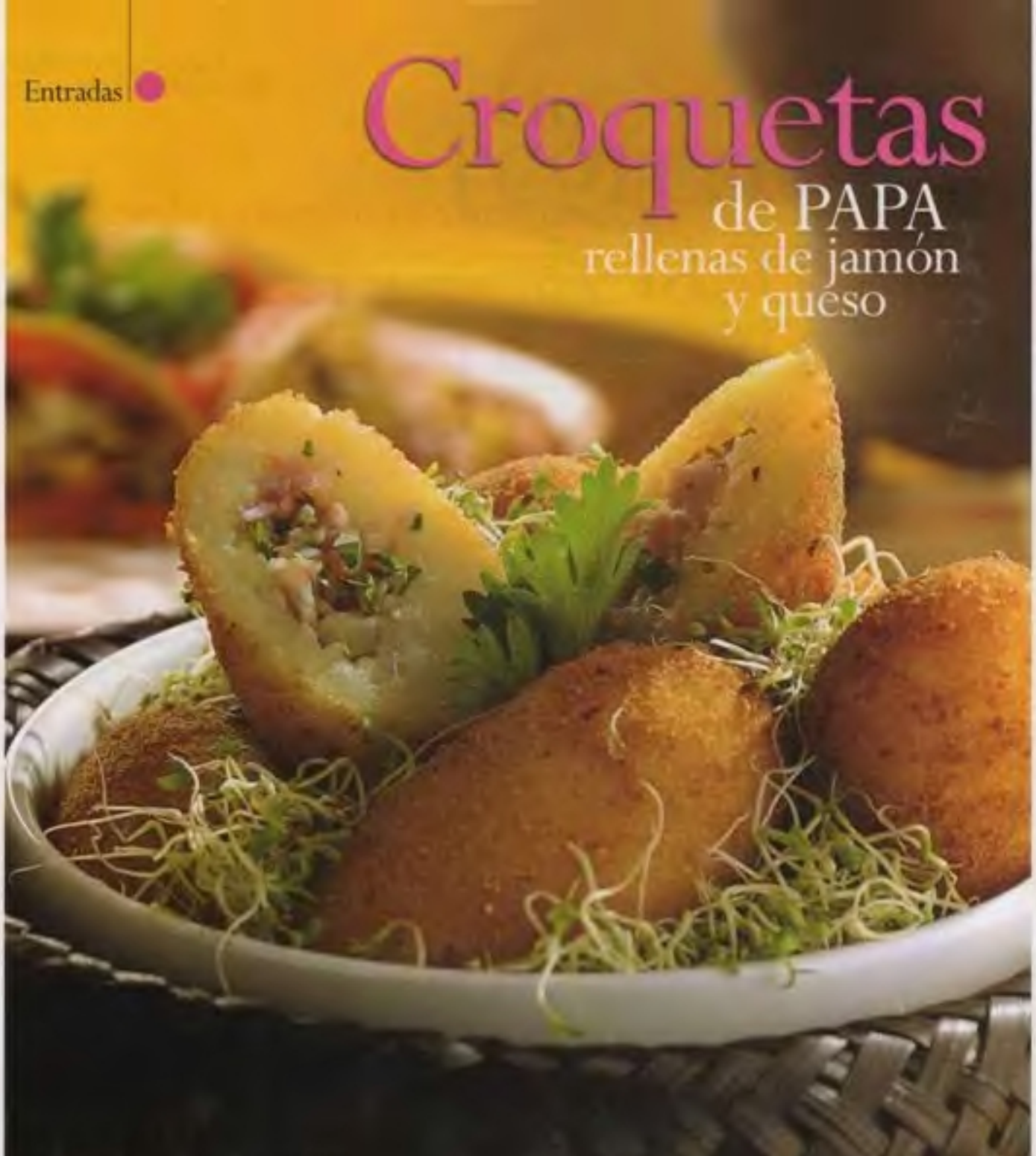
i. Un sándwich de jamón de pavo con jitomate y aguacate acompañado de una manzana pequeña.

ii. Un yogurt de fruta, unos pepinos con limón y cinco galletas de animalitos.

iii. Galletas saladitas, queso Oaxaca deshebrado y una taza de sandía picada.

Te recomendamos que, para empezar el año, hagas tú también tu tarea y diseñes algunos menús de desayuno, comida y refrigerio que se les antojen a los niños de la casa y que incluyan todos los nutrimentos que ellos necesitan y en las concentraciones adecuadas ¡Suerte! Déjate llevar por tus instintos y no pierdas de vista que a mejor alimentación, mayor probabilidad de salud a largo plazo.

Croquetas de PAPA rellenas de jamón y queso



Ingredientes:
- 5 papas
- Sal y pimienta
- 50 gr de tocino picado
- 2 cdas de cebolla finamente picada
- 1 diente de ajo picado
- 80 gr de jamón picado
- 1 cda de perejil picado
- 1/2 tz de queso Chihuahua rallado
- Harina
- 1 huevo
- Pan molido, el necesario

Procedimiento:
1. En una cacerola cocer las papas partiendo de agua fría con sal, después aplastarlas hasta formar un puré terso y sin grumos.
2. Colocar el puré en un tazón, dejar enfriar y rectificar sazón con sal y pimienta.
3. En una sartén freír el tocino con su propia grasa, agregar la cebolla, el ajo, jamón y cocinar por unos minutos, por último agregar el perejil.
4. Colocar el relleno en un tazón y dejar enfriar para poder agregar el queso rallado.
5. Con la ayuda de una cuchara grande tomar del puré una parte y extender en la mano.
6. Colocar una porción del relleno de jamón, tocino etc, cerrar y formar una croqueta.
7. Pasar las croquetas por harina, después por huevo y por último por pan molido.
8. Freír en una cacerola con suficiente aceite para fritura profunda.
9. Colocar las croquetas en un plato con papel absorbente para retirar el exceso de grasa.

Empanadas de VERDURA

Ingredientes:
- 1 diente de ajo
- 1/2 pimiento rojo en cuadritos
- 1/2 pimiento verde en cuadritos
- 1/4 de tz de elotitos baby rebanados
- 1/4 de tz de aceitunas rebanadas
- 1/2 de tz de queso manchego rallado
- Sal y pimienta

Para la masa
- 3 tzs de harina
- 1 cdita de sal
- 1 cdita polvo para hornear
- 1/4 de tz de aceite vegetal
- 260 ml de agua tibia

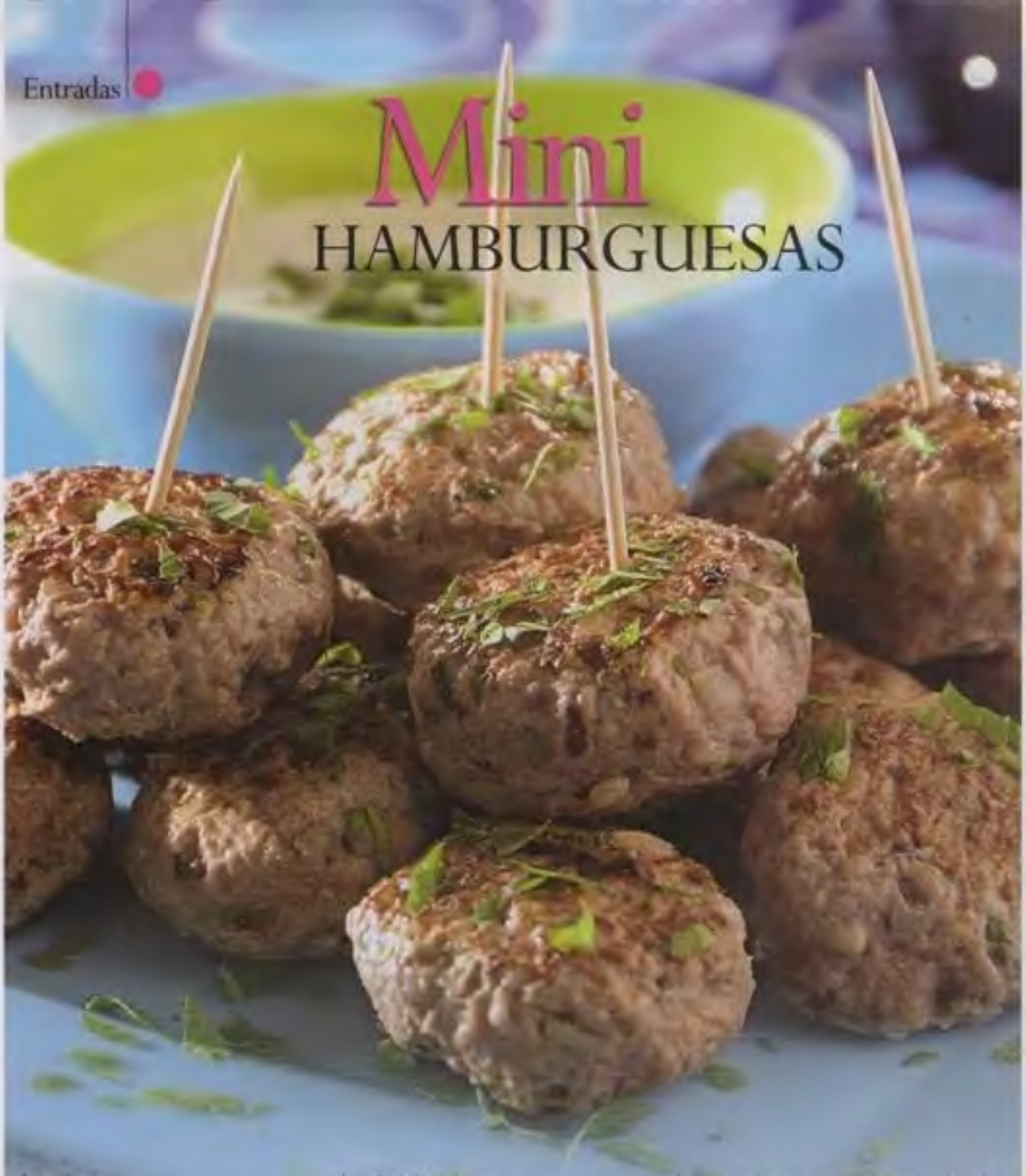
Procedimiento:
1. En una sartén con un poco de aceite saltear ligeramente el ajo, los pimientos, los elotitos rebanados y las aceitunas.
2. Colocar lo salteado en un tazón y mezclar junto con el queso.
3. Sazonar con sal y pimienta.

Para la masa
1. En un tazón mezclar todos los ingredientes secos previamente cernidos por un colador.
2. Agregar el aceite y mezclar hasta incorporar.
3. Agregar el agua de poco en poco hasta que se forme una masa.
4. Sacar del tazón, trabajar la masa con las manos hasta que la masa ya no esté pegajosa y se despegue de la mesa.
5. Dejar reposar por 15 min. tapado con un trapo húmedo o con plástico.
6. En una superficie plana y enharinada, extender la masa con un rodillo, con un cortapastas cortar círculos del tamaño deseado.
7. Rellenar con la mezcla de verduras y sellar con la ayuda de un huevo batido y un pincel, por último presionar los bordes con un tenedor.
8. En una cacerola con suficiente aceite para fritura profunda freír las empanadas hasta que doren.
9. Colocar las empanadas en un platón con papel absorbente para retirar el exceso de grasa.

EL CHISTE DE FER

¿Saben por qué mataron a Kung Fu?
Porque lo kunfundieron.

Mini HAMBURGUESAS



Ingredientes:

- 1/4 kg de carne de res molida
- 1/4 kg de carne de cerdo molida
- 2 cdas de salsa inglesa
- 2 cditas de mostaza
- 1/4 de cebolla chica finamente picada
- 1 huevo
- 1 cda de menta picada
- Sal y pimienta

Dip

- 3/4 de tz de jocoque
- 1/4 de tz de crema
- 4 cdas de parmesano
- 1 cdita de ajo

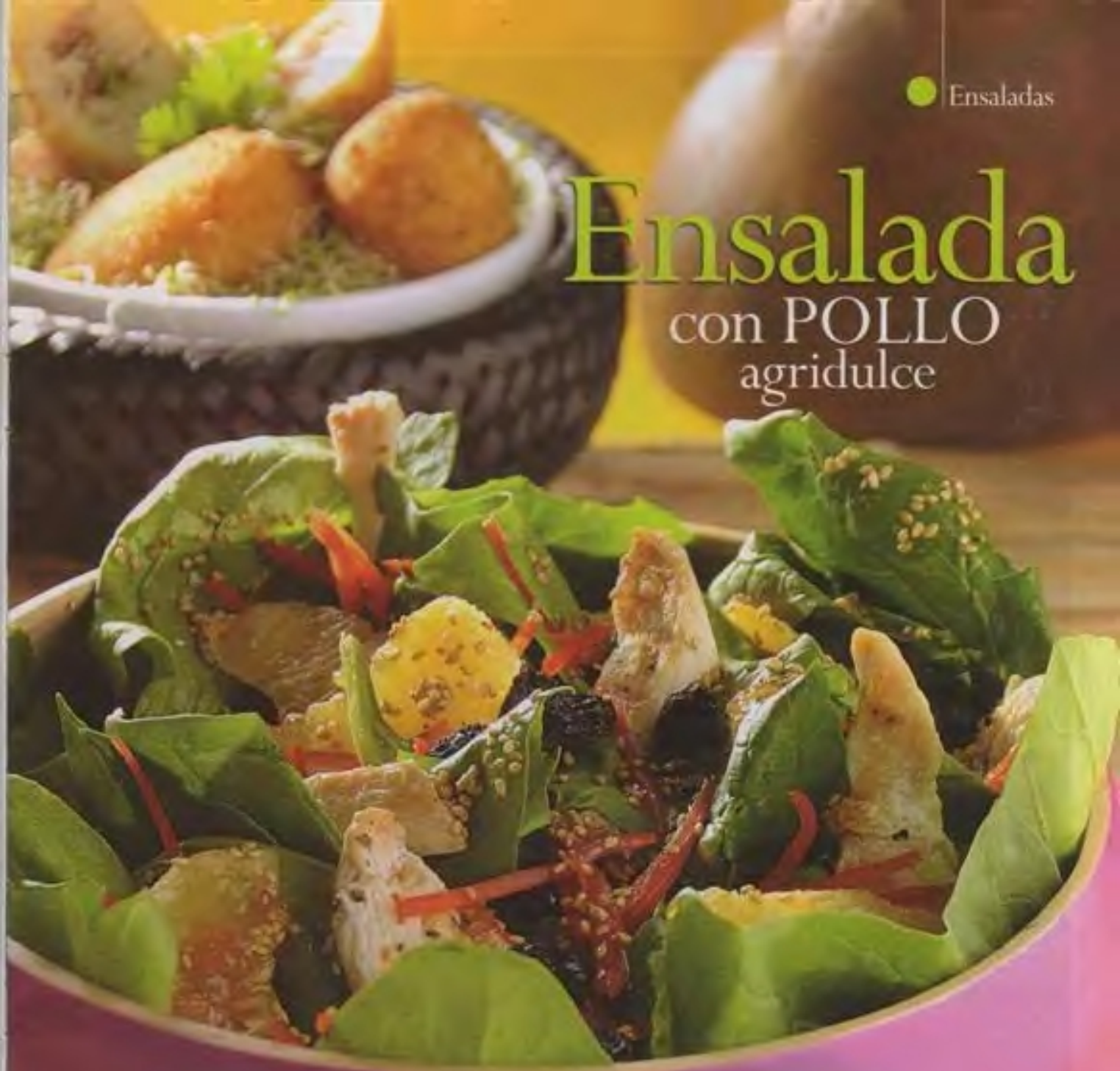
Procedimiento:

1. En un tazón mezclar ambas carnes con la salsa inglesa, la mostaza, la cebolla, el huevo ligeramente batido y la menta; sazonar con sal y pimienta.
2. Se puede usar un poco de pan molido para restar humedad si así fuera el caso.
3. Si se desea comprobar la sazón de la carne tomar una pequeña porción y dar cocción para rectificar antes de freír todas.
4. Con las manos húmedas formar las pequeñas hamburguesas y dar cocción en un sartén con un poco de mantequilla fundida.

Para el Dip

1. Con un procesador mezclar todos los ingredientes en un tazón, cubrir y refrigerar por 30 minutos.

Ensalada con POLLO agridulce



Ingredientes:
- 1 pechuga de pollo cortada en tiras
- 1/4 de cebolla finamente picada
- 1 diente de ajo picado
- 1/2 tz de puré de tomate
- 2 cdas de salsa inglesa
- 1 cdita de concentrado de pollo
- 1/2 tz de mermelada de naranja
- 2 cdas de vinagre
- Hojas de espinacas
- 2 cdas de pasitas
- 1 pimiento rojo cortado en juliana
- 2 naranjas en gajos

Procedimiento:
1. En una sartén con muy poca grasa freír el pollo previamente salpimentado.
2. En una cacerola sofreír la cebolla y el ajo hasta que la cebolla se torne suave y trasparente.
3. Agregar el puré de tomate y la salsa inglesa, el concentrado de pollo y dejar que se cocine hasta que reduzca un poco.
4. Aparte mezclar la mermelada y el vinagre para después agregar a la cacerola y cocinar unos minutos.
5. En un plato colocar las hojas de espinaca, agregar el pollo con un poco de la salsa y decorar con las pasas, el pimiento y los gajos de naranja.

Tempura de CAMARÓN y verduras

Ingredientes:
- 250 gr de harina de trigo
- 400 ml de agua fría
- 1/2 cdita de polvo de hornear
- 1 huevo

Para las verduras:
- 1 cebolla cortada en aros
- 1 calabaza cortada en rebanadas
- 1 pimiento cortado en tiras gruesas
- 2 zanahorias cortadas en bastones
- 1 plátano macho rebanado
- 12 camarones grandes
- Aceite para freir

Para la salsa
- 1/4 de tz de soya
- 1 tz de agua
- 1/4 de tz de jugo de naranja
- 1/2 cdita de jengibre en polvo
- 1 cda de aceite de cacahuate

Procedimiento:
1. En un tazón cernir la harina por un colador junto con el polvo de hornear, agregar la mitad del agua y mezclar hasta que se incorpore perfectamente.
2. Agregar el huevo y el resto del agua y continuar mezclando.
3. En una cacerola calentar suficiente aceite para fritura profunda y hacer una prueba colocando una pizca de harina para asegurarnos que el aceite está lo suficientemente caliente, si éste hace burbujas está listo.
4. Introducir cada verdura y los camarones en la pasta y freír hasta que se cuezan.
5. Sacar con un colador, escurrir bien y poner en un plato con papel absorbente.
6. Para la salsa mezclar todos los ingredientes en una cacerola y dar un hervor.

TIP DE YOLO:

Para el plátano macho recomiendo dar una fritura ligera antes de sumergir en la mezcla de tempura para evitar que quede crudo.

Sopa de PIMIENTO ROJO

Ingredientes:

- 4 pimientos asados y sin piel
- 2 cdas de aceite de oliva
- 2 cdas de cebolla
- 1 diente de ajo
- 1/2 tz de puré de tomate
- 3 tzs de caldo de pollo
- 1/4 de cdita de orégano
- Sal y pimienta
- 100 gr de queso de cabra
- Croutones de pan

Procedimiento:

1. Para limpiar los pimientos asarlos directamente a la flama de la estufa, guardar en una bolsa de plástico y dejar sudar.
2. Después retirar la piel, las semillas y cortar en trozos.
3. En una sartén con aceite de oliva acitronar la cebolla, agregar el ajo, por último el pimiento y saltear ligeramente.
4. Verter el puré de tomate, dejar cocinar unos 5 minutos y licuar todo con un poco de caldo de pollo.
5. Regresar al sartén, verter el resto de caldo de pollo, sazonar con sal, pimienta, el orégano y dejar cocinar por un rato más.
6. Servir con un poco de queso al centro y acompañar con croutones de pan.

TIP DE YOLO

Otra forma de limpiar los pimientos es untarlos con aceite de oliva y hornearlos hasta que la piel se pueda despegar.
O si desea puede freírlos en una sartén con suficiente aceite comestible y de igual forma retirar la piel.

EL CHISTE DE FER

Un hombre, luego de una operación, abre los ojos.
Todavía atontado por la anestesia, ve que alguien lo observa.
– ¿Salió todo bien doctor?
– Se equivocá, no soy el doctor. Soy San Pedro.

Crema de QUESO AZUL

Ingredientes:

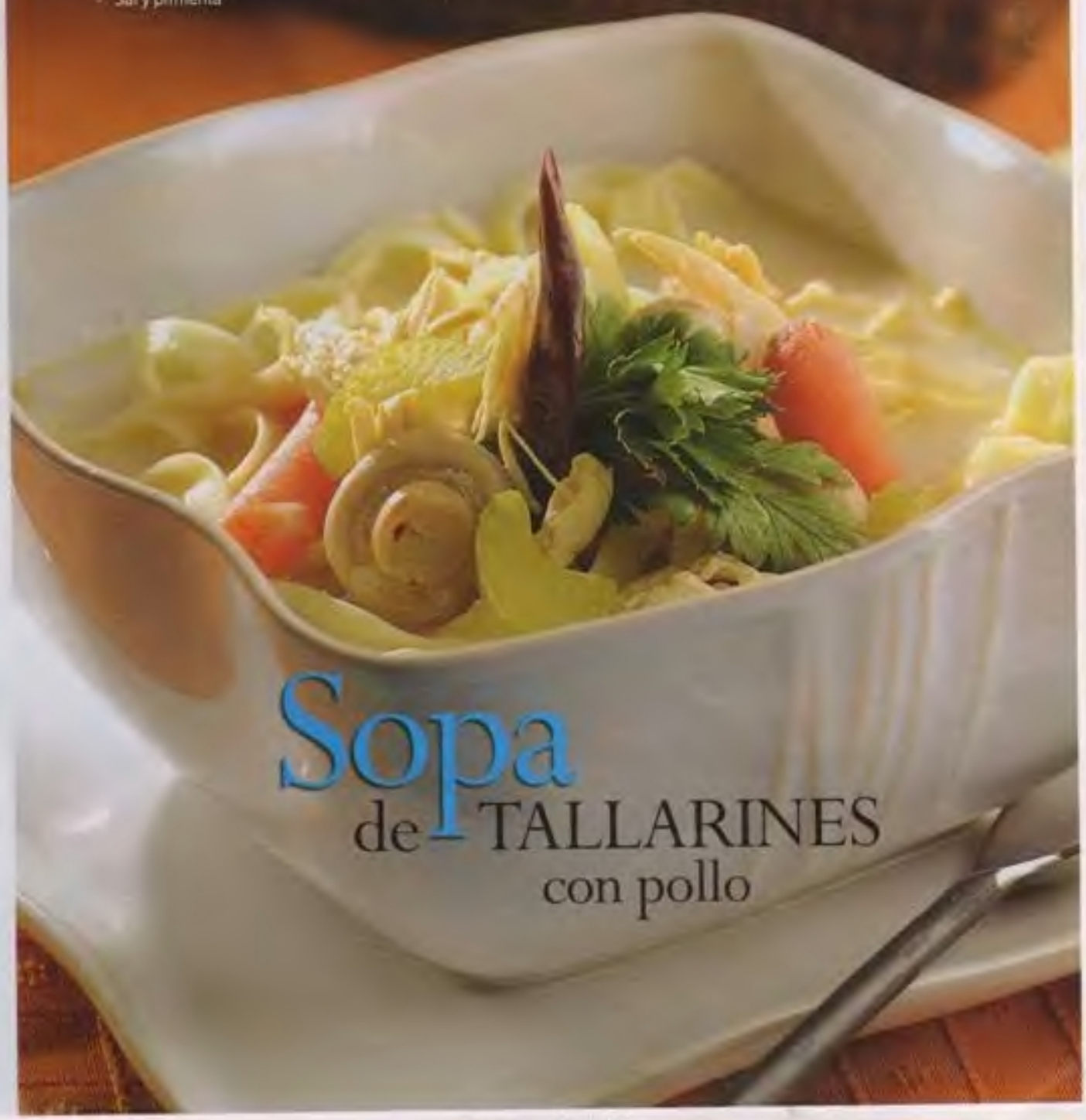
1 cda de mantequilla
2 cdas de cebolla picada
1 diente de ajo picado
2 tzs de caldo pollo
2 tzs de crema
100 gr de queso azul en trocitos
1 cdita de perejil picado
1 pera cortada en perlas
Nueces garapiñadas para decorar
Sal y pimienta al gusto

Procedimiento:

1. En una cacerola fundir la mantequilla, agregar la cebolla y cocinar hasta que se torne suave y transparente después, agregar el ajo.
2. Aparte, licuar el caldo de pollo junto con la crema hasta que se integre bien.
3. Agregar a la cacerola y al primer hervor reducir el calor para dejar a fuego lento por 10 minutos.
4. Agregar el queso en trocitos, el perejil y cocer durante 5 minutos más.
5. Rectificar sazón con sal y pimienta.
6. Con una cuchara parisina hacer perlas de pera y asarlas en una sartén ligeramente o si desea puede hacer cubitos de pera.
7. Servir caliente y adornar con las nueces trocadas, un poco de perejil y las perlas de pera.

Ingredientes:
- 250 gr de tallarines
- 2 cdas de cebolla finamente picada
- 1 diente de ajo picado
- 1/2 tz de apio rebanado
- 1 tz de zanahorias baby
- 5 tzs de caldo de pollo
- 3 chiles de árbol
- 1 lata grande de champiñones enteros
- 1/2 tz de leche evaporada
- 1 pechuga de pollo deshebrada
- Sal y pimienta

Procedimiento:
1. Hacer la pasta siguiendo las instrucciones del fabricante y una vez cocida drenar, agregar un chorrito de aceite de oliva para evitar que se pegue y reservar.
2. En una cacerola con un poco de aceite sofreír la cebolla, el ajo, el apio y las zanahorias.
3. Agregar el caldo de pollo, los chiles de árbol y los champiñones.
4. Verter la leche evaporada y esperar a que la zanahorias se cuezan.
5. Por último agregar el pollo deshebrado, rectificar sazón con sal y pimienta al gusto.



Sopa de TALLARINES con pollo

Enjitomatadas de POLLO

Ingredientes:

- 3 chiles poblanos
- 1 lata de granos de elote
- 6 jitomates
- 1/8 de cebolla
- 1 diente de ajo
- 1 cdita de concentrado de pollo
- Aceite, el necesario
- 1 docena de tortillas
- 1 pechuga de pollo deshebrada

Procedimiento:

1. Asar los chiles directamente a la flama de la estufa, después guardar en una bolsa de plástico para que suden y finalmente limpiarlos al chorro de agua para retirar semillas y venas.
2. Aparte saltear las rajas junto con los granos de elote.
3. En un comal o sartén asar los jitomates junto con la cebolla y el ajo.
4. En una licuadora moler los jitomates con la cebolla, el ajo y el concentrado de pollo.
5. Verter la salsa de jitomate en una sartén con un poco de aceite y freír por unos minutos.
6. Freír las tortillas ligeramente y colocar en un plato con papel absorbente.
7. Pasar las tortillas una a una por la salsa, rellenar con rajas, granos de elote y pollo.

EL CHISTE DE FER

El doctor, luego de ver los análisis del paciente, no tiene más remedio que decirle la verdad.
-Su enfermedad es grave. A usted solo le quedan diez...
-¿Diez meses doctor?
-No. Diez... nueve... ocho... siete...

Plato Fuerte

Pizza MEXICANA

Ingredientes:

La masa
- 250 gr de harina de trigo
- 1 cdita de levadura en polvo
- 1/2 cdita de sal
- 160 ml de agua tibia
- Aceite de oliva, el necesario

La salsa
- 1/2 tz de salsa de tomate

TIP DE YOLO

Si desea una orilla con más sabor espolvorear con un poco de parmesano rallado.

- 150 gr de queso Oaxaca
- 1 pza de chorizo frito
- 1 lata de frijoles refritos
- 1 lata chica de chiles jalapeños
- 1 aguacate cortado en rebanadas

Procedimiento:

1. Hacer un volcán con la harina y la sal, en el centro agregar la levadura y verter un poco de agua para disolver la levadura con los dedos.
2. Agregar poco a poco el agua y continuar amasando hasta obtener una masa suave y no pegajosa.
3. Trabajar la masa unos 15 minutos y tapar con un trapo húmedo y dejar fermentar en un lugar templado mínimo una hora.
4. Cumplido ese lapso de tiempo, en una superficie plana espolvorear un poco de harina y extender la masa con la ayuda de la palma de la mano haciendo presión hasta formar un círculo de un grosor de 1 cm.
5. Untar un poco de aceite de oliva en toda la superficie de la charola y colocar la masa para que repose 15 minutos.
6. Cubrir con la salsa de jitomate, el frijol refrito, el chorizo frito, el queso Oaxaca y los chiles jalapeños en rebanadas.
7. Hornear a 180° por 20 min. o hasta que esté cocida.
8. Servir con rebanadas de aguacate.

Pasta con SALSA de cilantro

Ingredientes:

- 1/2 paquete de pasta corta
- 1 tz de hojas de cilantro
- 3 rebanadas de tocino picado
- 2 cdas de cebolla picada
- 1 diente de ajo
- 3/4 tz de nueces picadas
- 2 tzs de leche evaporada
- 1 cdita de concentrado de pollo
- 100 gr de queso parmesano

Procedimiento:

1. Cocinar la pasta siguiendo las instrucciones del fabricante, colocar la pasta en un colador dar un choque de agua fría y por último rociar con un poco de aceite de oliva para evitar que se pegue.
2. En una cacerola con agua hirviendo y sal blanquear las hojas de cilantro es decir dar una cocción ligera y escurrir en una coladera.
3. En una sartén bien caliente freír el tocino en su propia grasa, acitronar la cebolla y después agregar el ajo.
4. En una licuadora moler las hojas de cilantro junto con lo sofrito, las nueces, la leche y sazonar con concentrado de pollo.
5. Regresar lo molido a la sartén y agregar la mitad del queso parmesano y mezclar.
6. Agregar la pasta, saltear y cocinar unos minutos más.
7. Servir con el resto del parmesano.

EL CHISTE DE FER

Eran dos amigos que les encantaba jugar al fútbol, a lo que dedicaban la mayor parte de sus ratos libres.

Y le dice uno a otro.

- Pepe, qué vamos a hacer si cuando nos muramos, resulta que en el cielo no hay fútbol.

- No lo sé, sería algo terrible.

Se muere uno de ellos y el que queda sigue con el fútbol.

Y un día que está en casa, oye una voz.

- Pepe, soy Juan.

- ¿Juan, eres tú?

- Sí, estoy en el cielo y tengo dos noticias que darte, una buena y otra mala.

- ¿Cuál es la buena?

- Que en el cielo sí juegan al fútbol y además muy bien.

- Estupendo, qué maravilla. ¿Y cuál es la mala?

- Que el domingo próximo tienes partido.

Rollo de PAPA con relleno de surimi

Ingredientes:

- 4 a 5 papas
- 5 barritas de surimi
- 1/2 limón en jugo
- 1/8 de cebolla finamente picada
- 1/2 pepino cortado en cubitos
- 2 cdas de perejil picado
- 3 cdas de mayonesa
- 80 gr de queso crema
- 2 chiles verdes picados
- Sal y pimienta
- Ajonjolí negro

Procedimiento:

1. En una cacerola con agua y sal cocer las papas hasta que estén suaves.
2. En un tazón hacer puré las papas hasta obtener una masa tersa.
3. En un procesador picar las barras de surimi finamente y mezclar con el jugo de limón.
4. Añadir la cebolla picada, el pepino, perejil picado y mezclar.
5. Incorporar la mayonesa, el queso previamente ablandado y los chiles verdes hasta formar una mezcla uniforme; sazonar con sal y pimienta.
6. Extender plástico adherible en una superficie o papel aluminio y esparcir el puré de papa uniformemente dejando un grosor de casi 1/2 centímetro.
7. Colocar el relleno en el centro y esparcir sobre toda la superficie, dejando una pestaña y enrollar apretando el rollo, sin que se salga el relleno.
8. Refrigerar por una hora para dar firmeza al rollo.
9. Salpicar con ajonjolí, cortar en rebanadas no muy grandes y acompañar con ensalada.

EL CHISTE DE HOY

Un hombre, luego de una operación, abre los ojos. Todavía atontado por la anestesia, ve que alguien lo observa.

– ¿Salió todo bien doctor?

– Se equivoca, no soy el doctor. Soy San Pedro.

Nuestra Invitada
ANITA ALVARADO

Les recomiendo que cocinen con amor, porque es el punto de reunión de la familia, donde se comparten los alimentos, pero sobre todo "los sentimientos". ¡Y con mucho gusto les comparto mi receta favorita!

Cheese CAKE

Ingredientes:

Para la costra
- 1 paquete de galletas de sándwich de chocolate
- 3/4 de barra de mantequilla
- 1 cda de azúcar

Para el relleno
- 1/2 tz de crema ácida
- 2 huevos
- 1 cdita de vainilla
- 3 barras de queso crema
- 1/2 tz de azúcar
- 2 cdas de fécula de maíz
- 1/4 de cdita de sal
- 5 galletas de sándwich de chocolate troceadas

Procedimiento:
1. En un procesador moler las galletas hasta obtener una arenilla.
2. Agregar el azúcar, la mantequilla y mezclar hasta obtener una pasta que al apretar con las manos se compacte.
3. Colocar papel encerado en el fondo del molde, agregar la galleta y presionar uniformemente.
4. En una batidora acremar el queso crema, agregar los huevos, la vainilla y la crema.
5. Agregar el azúcar, la fécula, la sal y continuar batiendo.
6. Verter en un tazón y mezclar con trocitos de galleta.
7. Agregar la mezcla de cheese cake en el molde de galleta y hornear a 180°C por 45 min. o hasta que esté completamente firme.
8. Dejar enfriar y refrigerar para compactar el queso.

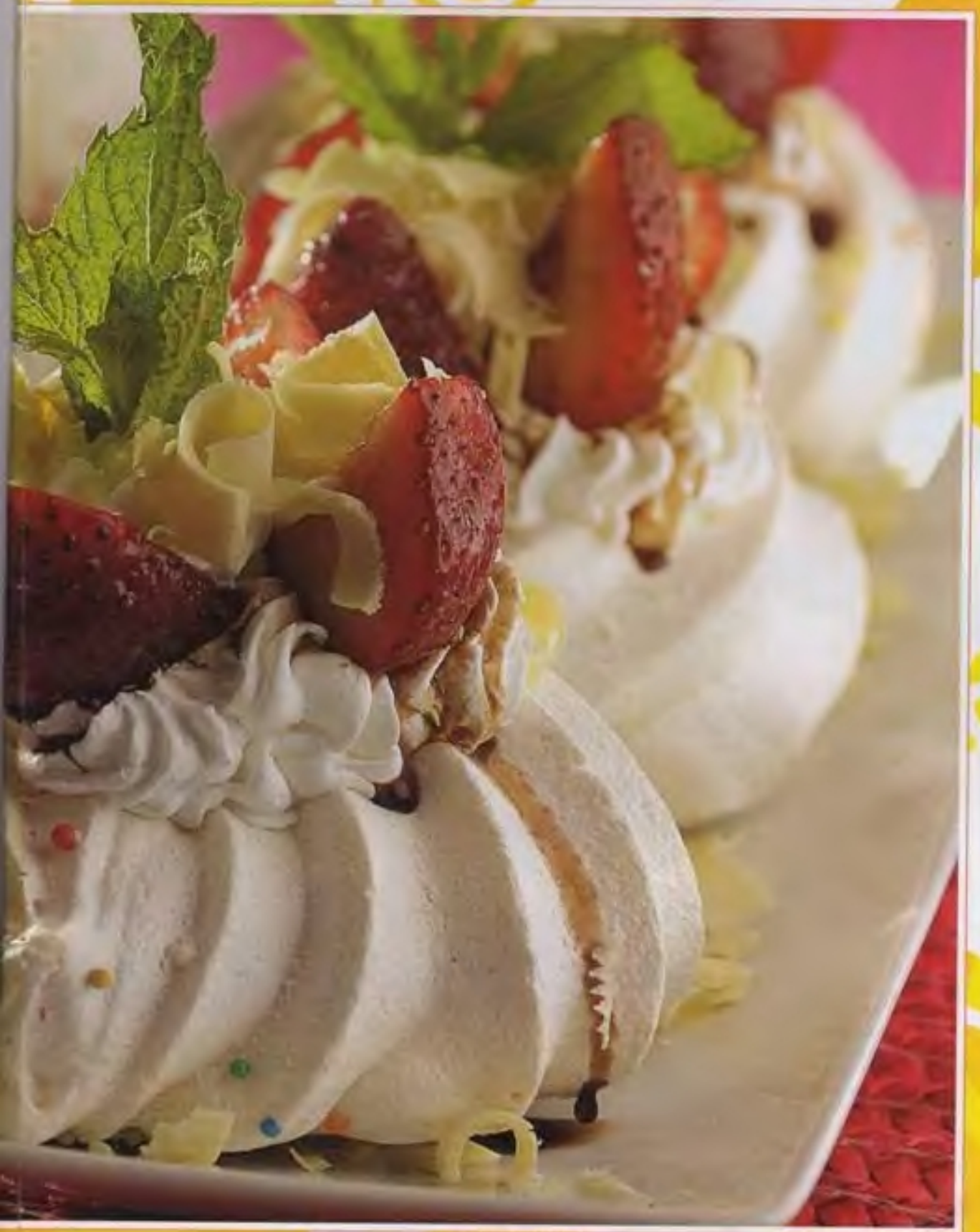
Fresas con INFUSIÓN de balsámico

Ingredientes:
- 400 gr de fresas
- 1/2 tz de vinagre balsámico
- 8 cdas de azúcar
- 1 raja de canela
- 4 clavos
- 4 merengues
- 60 gr de chocolate blanco rallado
- 1 tz de crema chantilly
- Menta fresca

Procedimiento:
1. En una cacerola verter el vinagre balsámico, después agregar el azúcar y mezclar hasta que ésta se disuelva.
2. Agregar la canela y los clavos y dejar infusionar un rato.
3. Bajar la flama y dejar espesar un poco a una consistencia de miel ligera.
4. Apagar la flama y agregar las fresas, saltear levemente y retirar para que no se cocinen demasiado.
5. Hacer un hueco en el centro a los merengues y rellenar con crema chantilly.
6. Colocar sobre la crema las fresas infusionadas, rallar un poco de chocolate sobre los merengues y decorar con menta.

EL CHISTE DE FER

Un hombre visita a su cirujano.
–¿Se acuerda de mí, doctor?
–No.
–Me operó los dedos.
–¡Ah, sí, ya me acuerdo! ¡Choque esos cuatro!



Buñuelos de PIÑA

Ingredientes:
- 6 rebanadas de piña
- 1/4 tz de brandy
- 1/2 tz de azúcar morena
- Canela
- Helado de vainilla

Masa
- 150 gr de harina cernida
- 1 cda de aceite
- 1 pizca de sal
- 1 cda de fécula de maíz
- 1 huevo
- 40 gr de azúcar
- 200 ml de leche

Procedimiento:
1. Cortar en rebanadas la piña, descorazonar, marinar con el brandy y después frotar las piñas con azúcar morena.
2. En una plancha asar ligeramente las piñas hasta que doren un poco.

Masa
1. En otro tazón mezclar con la ayuda de un globo todos los ingredientes de la masa hasta que se incorporen bien.
2. Sumergir las rebanadas de piña en la mezcla y freír en suficiente aceite caliente.
3. Colocar los buñuelos en papel absorbente y mientras están calientes espolvorear con canela.
4. Servir con una bola de helado de vainilla.

Hot Cakes
con CHOCOLATE

Ingredientes:
- 2 tzas de harina para hot cakes
- 1 1/2 tzas de leche
- 4 cdas de jarabe de chocolate
- 1 huevo
- 1/2 tza de besitos de chocolate
- 2 cdas de cacahuates picados
- Crema batida (opcional)
- Menta fresca

Procedimiento:
1. En un bowl mezclar la harina previamente cernida por un colador, verter la leche, el jarabe, el huevo y mezclar hasta obtener una masa uniforme.
2. Agregar los besitos de chocolate, los cacahuates y mezclar.
3. Poner un poco de mantequilla sobre la plancha caliente con la ayuda de un papel absorbente y verter un cucharón de la mezcla.
4. Cuando la superficie comience a hacer burbujas y las orillas estén secas dar vuelta.
5. Servir con crema batida o helado y decorar con menta fresca.

Batido de DURAZNO

Ingredientes:

- 6 rebanadas de duraznos en almíbar
- 1 taza de leche evaporada
- 1/2 taza de yogurt
- 1 cdita de vainilla
- 1/2 taza de leche condensada
- Hielo

Procedimiento:

1. En una licuadora moler las rebanadas de duraznos previamente drenadas junto con la leche evaporada, el yogurt y la vainilla y endulzar con la leche condensada.
2. Agregar los hielos en la licuadora andando de poco en poco hasta obtener una consistencia espesa como de nieve.
3. Servir en copas y si desea decorar con crema batida, amaranto y menta.

HAZ QUE TU VERANO SE CONVIERTA EN ALGO DELICIOSO

GELATINA MOSAICO

Ingredientes:

1 paquete de gelatina sabor uva
1 paquete de gelatina sabor cereza
1 paquete de gelatina sabor limón verde
1 paquete de gelatina sabor piña

1 lata de Leche Condensada LA LECHERA (397 g)
1 lata de Leche Evaporada CARNATION CLAVEL (378 g)
2 sobres de grenetina (28 g): hidratada en 1/2 taza de agua fría (125 ml) y disuelta a baño María
1 cucharadita de esencia de vainilla

Modo de preparación:

Prepara las gelatinas de sabor una por una con 2 tazas menos del agua de lo que indica el paquete. Viértelas separadas en moldes rectangulares y refrigera para que cuajen. Retira del refrigerador y córtalas en cubitos; combínalas y colócalas en un molde para gelatina.

Licua la Leche Condensada LA LECHERA con la Leche Evaporada CARNATION CLAVEL, incorpora la grenetina previamente disuelta y la esencia de vainilla.

Vuelca la preparación al molde con las gelatinas de sabor y refrigera hasta que cuaje, desmolda y ofrece.

Tiempo de Preparación: 40 Minutos
Consejo: Utiliza las gelatinas de tu preferencia.

Esta receta y muchas más, si llamas al 5624 2149, Lada gratis 01 800 363 7853, www.nestle.com.mx